

Panorama knih

Lubomír Vašina: Inspiromat somatické psychoterapie- sanoterapie *

V průběhu minulého a letošního roku vyšlo již několik publikací, ve kterých jejich autoři předkládají čtenářům řadu cenných teoretických i klinických poznatků z oblasti somatické psychoterapie. Například Stanley Keleman (2006) v knize *Anatomie emocí* ukazuje silné spojení emocí a tvaru těla, obranných struktur a tělesného výrazu. E.W. Smith (2007) efektivně ve své terapeutické praxi propojuje postupy a techniky gestalt psychoterapie s některými technikami somatické psychoterapie. S. Johnson (2006) uplatňuje postupy somatické psychoterapie v léčbě raných psychických poruch.

Koncem roku 2006 vyšla odborná publikace docenta klinické psychologie Lubomíra Vašiny - *Inspiromat somatické psychoterapie-sanoterapie*. Tato práce je o to cennější, že je doplněna téměř šestihodinovým instruktážním filmem. Autor patří k jedněm z mála českých psychoterapeutů, kteří se systematicky věnují somatické psychoterapii, a to jak z teoretického úhlu pohledu, tak i z pohledu klinické praxe. Jeho schopnost syntetického uvažování ho vedla k propracování teoretického zázemí somatické psychoterapie a dlouholetá klinická zkušenost mu současně umožnila konstituovat další větev somatické psychoterapie, a to sanoterapii.

Somatickou psychoterapii-sanoterapii proliná autorův holistický úhel pohledu na člověka a úspěšná integrace teoretických východisek a terapeutických postupů i metod somatické psychoterapie s jeho původní metodou (udulting) vyústila v nový, ucelený sanoterapeutický přístup k člověku s psychickými poruchami. Somatická psychoterapie-sanoterapie – v případě nutnosti – v terapeutické práci urychluje regresi a následnou restrukturalizaci, oslabuje v zájmu terapie obranné mechanismy já a zpřístupňuje tak do terapeutického procesu emoční traumata člověka v roli klienta. Je

terapeuticky velmi účinná v případě somaticky vyjádřených chronických patických emočních stavů, zejména tehdy, když jsou tyto patické emoční stavy kombinovány s akutními nebo i chronickými psychosomatickými a neuro-psychickými symptomy.

V úvodních kapitolách monografie autor erudovaně teoreticky a prakticky objasňuje propojení fyziatrických postupů a postupů manuální medicíny se sanoterapeutickými sety a s psychoterapií. Takto koncipovaný sanoterapeutický program má účinky myorelaxační, hypertermické, sanogenetické a stabilizační. To je zase předpokladem pro relativně snadnější otevření psychického pole klienta a následně uvolnění jeho terapeutického problému pro zpracování v procesu terapie. V případě lidí relativně duševně zdravých je to cesta k hlubší introspekci, k lepšímu porozumění sobě samým a v důsledku toho i k lepšímu porozumění druhým lidem. Člověk tak směřuje k větší sebeúčtě, k sebedůvěře a sebejistotě, což je zase předpokladem pro seberealizační proces.

Sanoterapeutické pohybové sety stimulují krevní i lymfatický oběh, dále prokrvení peristodu, stimulují vyšší produkci synoviální tekutiny v kloubních systémech, zvyšují svalové prokrvení a urychlují tak odplavování mezi-produktů metabolismu (například kyseliny mléčné). Sanoterapeutické sety rovněž zlepšují činnost štítné žlázy, na fyziologickou úroveň vyladují neurohumorální činnost a uvolňují bloky, spazmy a odstraňují dysbalance. A v konečném důsledku tak otevírají cestu i původně blokováným emočním procesům. Současně je to cesta směřující k návratu od hyperperitace vegetativního nervového systému k jeho fyziologickému stavu.

V dalších kapitolách jsou uvedeny některé praktické postupy somatické psychoterapie-sanoterapie, směřující k posílení tělesného a duševního zdraví, k prohloubení součinnosti hemisfér a tím i ke zlepšení paměti, a v neposlední řadě jsou zde zmíněny i relaxace a imaginace.

To, že existují významné funkční vztahy mezi dolními končetinami a hlavou, mezi páteří a pánví, je známo již dlouho. Například změny a poruchy hybnosti v segmentech páte-

ře se mohou promítat až na úpony svalů kolem fibuly, kde se mohou spolupodílet na sekundárních poruchách funkčnosti kolenního kloubu a zprostředkovaně i na poruchách funkčnosti kotníků. Pohybový aparát je nutno udržovat v kondici. Dlouhodobá pasivita stejně jako vystupňovaná aktivita člověka vyčerpávají. Psychická a fyzická kondice se vzájemně ovlivňují a podmiňují. Jestliže se na poruchách hybnosti podílejí psychogenní vlivy, potom tyto poruchy hybnosti zpětně zesilují intenzitu těchto výchozích psychogenních vlivů. Člověk pak hovoří o ochablosti, smutné až depresivní náladě, o snadné vyčerpatelnosti a únavě, o neurotických potížích, o subjektivním pocitu ztráty síly, o nejistotě, o pocitech nedostačivosti. Prohlubují se tak i jeho psychosomatické obtíže. A právě somatická psychoterapie-sanoterapie prostřednictvím sanoterapeutických setů nabízí cestu k nápravě fyzické i psychické kondice.

Recenzovaná odborná publikace je určena studentům vyšších ročníků jednooborového studia psychologie se specializací pro klinickou psychologii, kteří absolvovali jednosemestrový specializační kurz somatické psychoterapie-sanoterapie, dále všem začínajícím terapeutům, psychiatrům, fyzioterapeutům a psychosomaticky orientovaným lékařům.

O. TEGZE

* Masarykova univerzita, Brno, 2006.

Milan Valach: Češi v neklidné době *

Autor, filozof působící na Pedagogické fakultě MU, se v publikaci vyjadřuje k aktuálním otázkám dneška, a jak naznačuje titul, činí tak ve vztahu k problémům, které řeší naše společnost. Kniha obsahuje 45 esejů uveřejňovaných v průběhu mnoha let jak v odborných revuích a sbornících, tak též v publicistických a literárních časopisech. Spis není uspořádán chronologicky, ale je rozčleněn do sedmi oddílů podle příbuzné tematiky, takže celý soubor vytváří kompaktní celek, který má promyšlenou kompozici na způsob monografie. V centru autorovy pozornosti jsou kontroverzní té-

mata, která ve veřejném životě vyvolala názorové střety a která jsou dosud otevřená a často i bolavá. Autor je podrobně analyzuje a zaujímá k nim vyhraněné stanovisko, neboli se vstupovat do politické arény, ovšem vždy s filozofickým nadhledem a se znalostí věci. Některé autorovy myšlenky a postřehy stručně naznačíme.

Stále živá, zejména pro starší generaci, je otázka kolektivní viny a odpovědnosti za válečné hrůzy nacistů i sudetských Němců. Autor vychází z pojetí odpovědnosti jako morální kategorie a vysvětluje, že odpovědnost vzniká prostřednictvím účasti člověka na nějakých činech. V případě útaku, pronásledování a vraždění celých skupin obyvatelstva mají vinu všichni (i když odstupňovanou), kdo nacistický režim podporovali. S tím však nelze porovnávat utrpení i smrt skupiny odsunovaných sudetských Němců způsobené společenskou spodinou, s níž naprostá většina národa nesouhlasila, navíc se představitelé státu za tyto činy omluvili. Proto je nepřijatelný postoj části našich politiků a novinářů, kteří odvádějí pozornost od hlavních viníků a neustále zdůrazňují potřebu pokání a nápravy křivd z české strany, a tím podporují požadavky revanšistů.

Další otevřené téma se týká našeho vyrovnávání se s komunistickou minulostí po roce 1989. Je to proces dlouhodobý a nesnadný, jak ukazují četné diskuse, politická scéna i nevyřešená traumata. Ve vztahu k tomuto nebláhemu dědictví autor vyhrocuje stanoviska intelektuálů a dělníků, hledá jejich společného jmenovatele a vyslovuje se pro obnovu humanistických hodnot. S tím souvisí podle jeho názoru i potřeba kritické analýzy komunistické ideologie, kterou je nutno striktně oddělit od komunistické praxe, neboť nelze diskreditovat lidskou solidaritu, která se i v tomto období uplatňovala, nebo přeceňovat a přerušovat mocenskou roli dělníků v období komunistické totality. To je sice pravda, avšak odpovědnost za podporu komunistického hnutí platí i v tomto případě.

Velmi aktuálním problémem je též další rozvoj demokracie. Autor je stoupencem přímé demokracie, neboť „otevřít prostor pro uskutečnění vůle většiny občanů“ (s. 138). Podmínkou ovšem podle autora je obnova občanské společnosti a „převod soukromého vlastního podniku na podnik vlastněný a sprá-